

УДК 793.5/7 (745/749)

*Віталій ДУБІНІН, аспірант/асистент
кафедри режисури та хореографії
Львівського національного університету
імені Івана Франка*

СПЕЦИФІКА ПРОЦЕСУ ОПАНУВАННЯ ТАНЦЮВАЛЬНИХ ТЕХНІК У ВУЛИЧНОМУ СТИЛІ ТАНЦЮ ПАППІНГ

Проаналізовано процес опанування танцювальних технік на прикладі вуличного стилю танцю паппінг. Танцювальні техніки є фундаментальною складовою паппінгу і суміжних йому ілюзорних стилів танцю, тому є необхідним досліджувати їх на рівні з іншими лексичними елементами. Сама ж специфіка опанування танцювальних технік у вуличних стилях танцю, зокрема й в паппінгу, є доволі комплексною і потребує всебічного розвитку навичок контролю тіла і м'язів у танцівника. Також, вимагає від нього кращого розуміння біомеханічних і фізичних принципів, за якими рухається людське тіло, більшої залученості до процесу. При цьому, можна помітити деякі подібні закономірності між процесами вивчення танцювального руху і опанування танцювальної техніки.

***Ключові слова:** хореографія, танець, вуличні стилі танцю, паппінг, ілюзорні стилі танцю, танцювальний рух, танцювальна техніка.*

Процес вивчення і опанування вуличних стилів танцю в загальному подібний до сучасного танцю. Проте, він має і свої власні специфічні характеристики. Це, зокрема, можна помітити у структурі уроку, послідовності вивчення елементів, проміжних і кінцевих результатах. Питання ж характерних особливостей вуличних стилів танцю розглядається у роботі О. Плахотнюка, Р. Береста і М. Гарбузюк «Генеза вуличних танців (street dens): трактування основний дефініцій» [2].

Дана ж робота спрямована на одну зі складових вивчення вуличних стилів танцю, а саме – опанування танцювальних технік. При цьому, даний процес буде проаналізований на прикладі вуличного стилю танцю паппінг (а також суміжних з ним ілюзорних стилів танцю), так як у ньому танцювальні техніки займають одне з фундаментальних місць.

Для кращого розуміння специфіки процесу опанування танцювальних технік, його аналіз буде проводитись у порівнянні з процесом вивчення танцювальних рухів. Також, необхідно означити різницю між танцювальним рухом і технікою.

У паппінгу, як і в інших вуличних стилях танцю, або в інших видах хореографії, танцювальний рух виступає у ролі «знаку-образу», з яких складається власна «мова» танцювального стилю [1, с.137]. Як зазначає С. Шалапа: «Аналізуючи будь-яку систему танцю (класичного, народного, історико-побутового чи бального), можемо чітко виділити певний набір рухів, властивий тільки цій системі танцю» [4, с. 322].

Для вуличних стилів танцю, зокрема й паппінгу, танцювальний рух є сталою визначеною послідовністю елементарних рухів з власною характерною концепцією. При цьому, окремі складові такого руху можна змінювати зі

збереженням його загальної ідеї (тобто, створювати варіації танцювального руху, які будуть споріднені з ним).

Як зазначає Ю. Солонець, процес засвоєння танцювального руху включає три етапи: ознайомлення з рухом, спроби його відтворення, допускання великої кількості помилок; виправлення помилок і виникнення динамічного стереотипу танцювального руху; закріплення техніки виконання танцювального руху у результаті багаторазових повторень, відкидання скорочень «зайвих» для виконання руху м'язів [3, с. 264–265]. Таким чином, процес опанування танцювального руху тісно пов'язаний з процесом його повторення і поступовим виправленням помилок. В результаті цього, техніка виконання вивченого руху з кожним разом стає ліпшою.

Танцювальні техніки, як інша важлива лексична складова папінгу та ілюзорних стилів, виступають своєрідними «модифікаторами» для танцювальних рухів і поз. Самі по собі, вони не мають сталих послідовностей елементів, а накладаються на танцювальний рух, таким чином змінюючи його вигляд. Тобто, один і той же рух змінений різними танцювальними техніками, матиме різне вираження і по різному сприйматиметься глядачем. Також, вони дозволяють танцівнику краще та детальніше взаємодіяти з музикою, змінюючи танцювальні рухи у відповідності з характеристиками звуку.

Танцювальні техніки умовно можна поділити на такі, що модифікують рухи, модифікують пози і ті, що використовуються як для рухів, так і для поз. Для виконання танцювальних технік від танцівника вимагається добре розвинутий контроль м'язів і розуміння біомеханічних принципів руху тіла.

Виходячи з визначення танцювальних технік можна дійти логічного висновку, що процес їх опанування тісно пов'язаний з процесом розвитку танцівником контролю над власним тілом.

Як приклад, для виконання танцювальної техніки «пап», яка акцентує позу і створює ефект «здригання» в тілі, танцівнику необхідно розуміти які саме м'язи мають бути задіяні та вміти свідомо їх скорочувати без руху. Також, треба враховувати положення тіла у просторі і факт того, чи не знаходяться м'язи (якими буде виконуватись скорочення) у подовженому або напруженому станах. Адже для створення одиночного сильного скорочення м'яз повинен знаходитись у вихідному розслабленому стані. Як зазначає Джон Райан «ДжиРок» Нельсон, виконання папу різними частинами тіла потребує розуміння принципів скорочення м'язів та їх контролю, задля правильного виконання техніки і зменшення ризиків травмування [5, 0:49–1:25].

Проаналізуємо процес опанування танцювальної техніки на прикладі папу. Починати опанування папу варто з ознайомлення з методичними принципами його виконання. Сюди входить визначення принципів виконання танцювальної техніки, груп м'язів якими її можна виконувати (у випадку з папом це м'язи рук, грудної клітини і животу, ніг та сідниць, шиї, спини), як саме в танці вона використовується і як дозволяє взаємодіяти танцівнику з музикою.

Після ознайомлення з теоретичним аспектом танцювальної техніки пап, варто переходити до вправ, які спрямовані на ізольоване, хоч і несвідоме, скорочення необхідних груп м'язів. Вони допоможуть танцівнику зрозуміти на які м'язи звертати увагу, де вони знаходяться і яким чином скорочуються. Далі варто переходити до свідомого відтворення скорочень, з якими танцівник ознайомився у початкових вправах. Вправи цього етапу можуть відрізнитися за метою: від

покращення контролю скорочення м'язів і їх сили, до напрацювання чіткості і швидкості їх розслаблення. Наостанок використовуються вправи для розвитку вміння виконувати скорочення у відповідності з музичним супроводом.

Цей процес дещо відрізняється для танцювальних технік, які спрямовані на видозміну вигляду рух. Прикладом такої танцювальної техніки є дайм стоп – виконання танцювального руху без інерції, або ж з її повним контролем. В процесі опанування таких танцювальних технік, акцент робиться не на скорочення м'язів у статиці, а на їх роботу в динаміці. Тут танцівнику необхідно навчитися контролювати створювані імпульси у тілі та кінцівках, чітко зупинити рух гасячи інерцію, опанувати навичку «блокування» суглобів тощо. Тож, вправи для опанування танцювальних технік для видозміни руху будуть спрямовані не на конкретні м'язи, а на їх взаємодію загалом.

Порівнюючи процеси засвоєння танцювального руху і опанування танцювальної техніки, можна помітити деякі подібні аспекти. Зокрема, це послідовність у вивченні того чи іншого лексичного елементу танцювального стилю, дотримання принципу «від простого до складного», використання повторень і виправлення помилок для закріплення вивченого.

Разом з тим, можна визначити й відмінні аспекти. Так, в процесі опанування танцювальної техніки необхідно використовувати відносно велику кількість вправ для засвоєння принципів контролю тіла, зокрема й м'язів. Тобто, довготривале повторення однієї вправи не дає змоги всебічно опанувати танцювальну техніку і може призвести до закріплення її помилкового виконання. Також, необхідно використовувати якомога більшу кількість рухів і поз, або підготувати тіло до виконання танцювальної техніки у всіх можливих площинах і положеннях тіла, у різних темпах, зі зміною швидкостей і т. п.

Отож, специфіка опанування танцювальних технік у вуличних стилях танцю, зокрема й в паппінгу, є доволі комплексною і потребує всебічного розвитку навичок контролю тіла і м'язів у танцівника. Також, вимагає від нього кращого розуміння біомеханічних і фізичних принципів, за якими рухається людське тіло, більшої залученості до процесу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Герц І. І., Нечаєнко Т. В. Танець як система: спроба семіотичного аналізу. *Науковий Вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення ім. І.К. Карпенка-Карого*. Київ, 2017. № 21. С. 136–141.
2. Плахотнюк О., Берест Р., Гарбузюк М. Генеза вуличних танців (street dens): трактування основний дефініцій. *Актуальні питання гуманітарних наук*. Дрогобич : Видавничий дім «Гельветика», 2023. Вип. 65. Том 2. С. 114–120.
3. Солонець Ю. Ю. Використання біомеханічних методів дослідження в тренувальному процесі студентів спеціалізації хореографія. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. Чернігів, 2013. Вип. 112(2). С. 264–267.
4. Шалапа С. В. Ретроспективний аналіз становлення системи запису танцю. *Мистецтвознавчі записки*. Київ, 2017. № 31. С. 317–324.
5. STYLES UPON STYLE (POPPING DANCE HEADQUARTERS). POPPING DANCE TUTORIAL (MUSCLE CONTROL) / POPPING DANCE FOR BEGINNERS (BY JROCK), 2020. *YouTube*. URL: https://www.youtube.com/watch?v=JYoGP_-fTak&t=464s (дата звернення: 01.10.2024).